



Esports a la intempèrie

**Windsurf, piragüisme,
cicloturisme,
aerostació, «trekking»,
submarisme i
paracaigudisme: nova
moguda per a un nou
estiu.**

I a calor, el canvi de paisatge i l'absència d'obligacions, conviden a la disbauxa, a l'efusió i la festa. Una efusió que pot adoptar matisos gastronòmics, sexuals, vivencials o socials i que troba en l'esport un agradable tonificador, un elixir contra la rutina nerviosa de la resta de l'any. A partir de Sant Joan, l'aigua, la natura i el

A. B.

vent, ja no són obstacles per a l'exercici físic, sinó aliats immillorables de tot un conjunt d'esports plenament estiuencs. I es fa imprescindible aprofitar-se'n.

■ Windsurf

Cavalcar la mar sobre una taula, amb l'única ajuda d'una vela inflada pel vent, provoca una sensació alliberadora que ha temptat, i conquistat, una gran massa d'aficionats. Amb un cost aproximat d'unes 50.000 pessetes o amb un lloguer d'unes 500 pessetes a l'hora, l'instrumental d'aquest esport és accessible a un públic ampli, que només ha de pensar en gaudir el seu joc amb les ones dins uns límits de seguretat que convé respectar. La mar encrèspada resulta perillosa i desaconsellable per al windsurf, de la mateixa manera que és perillós allunyar-se massa de la platja sense calcular el desgast físic que serem capços d'aguantar i la

nostra habilitat en la utilització de l'artefacte.

■ Piragüisme

A diferència del windsurf, el piragüisme és ja un esport clàssic, que mai no ha transcendit les fronteres d'una pràctica sectorial i especialitzada. No obstant això, reuneix unes característiques que el fan molt adequat a l'estació estiuenca. Rius i llacs proporcionen, aquesta vegada, el medi aquàtic on practicar un exercici que demana resistència, flexibilitat i bona coordinació. Escenari magnífic per a aquest esport és el llac de Banyoles, a la comarca del Gironès, on el Club d'Animació La Tenda (Barcelona, tel. 318 23 43), amb l'Ajuntament de Barcelona i la Federació Catalana de Rem, han organitzat, del 8 al 17 d'agost, una estada per a practicar el piragüisme i el windsurf, que costa unes 13.000 pessetes, inclosos en aquest preu el viatge, les classes, el material, el menjar i l'acampada.

■ Bicicleta

El ritme suau i l'esforç constant que demana la bicicleta, combinats amb una manera de viatjar sense pressa, donen lloc al cicloturisme, una especialitat a mitjan camí entre l'esport i el turisme. Qualsevol paisatge, sense rígids itineraris ni horaris ajustats, serveix per a practicar-lo. Hi ha, de tota manera, la possibilitat de fer arribar el nostre exercici ciclista a indrets tan atractius com l'illa de Creta. Del 3 al 17 de setembre, Nouvelles Frontières (Barcelona, tel. 318 61 84) organitza un recorregut a partir de les suggerències i els interessos dels participants, i tenint com a objectiu el coneixement de la més íntima realitat d'un territori, dels seus pobles i els seus secrets. Creta s'ho val amb escreix, amb la seua dualitat europea i africana, el caràcter profundament grec de la societat que hi viu i la seua orografia travessada per altes muntanyes.



■ Volar

Pujar a les altures, aconseguir una perspectiva inèdita de la geografia, és també una temptadora alternativa per a fer realitat aquest «estiu diferent» que somniem. L'aerostació, el *vol en globus*, és una activitat apassionant. La Tenda ofereix unes vacances aerostàtiques de vuit dies al nord de França (Arc-et-Senans, Besançon). El *Centro Profesional de Servicios Deportivos, Exploración y Deportes* (Madrid, tel. 766 29 15), per la seua banda, organitza, durant tot el mes de setembre, un curs d'aerostació a Madrid.

Per als més valents, hi ha l'emoció silenciosa del *vol lliure*. L'ala Delta, ultralleugera, permet, amb un risc calculat, dedicar algunes hores del dia a volar, com una gavina. A Barcelona, un curset setmanal d'iniciació a l'ala Delta pot costar unes 19.000 pessetes, incloses les classes, el monitor i l'aparell. N'hi ha cursos, clubs i instal·lacions en llocs diversos, sor-

gits tots a recer dels notable auge d'aquest esport en els darrers temps. En general, un curs pot costar unes 7.000 pessetes al dia.



■ Caminar

El «trekking», per contra, trepitja la terra amb delectació. Es tracta d'una modalitat de l'ex-

curcionisme que es realitza en paratges on no és possible arribar per mitjans mecànics. Un equip de portadors col·labora en la caminada, carregant els embalums i les provisions. No és necessari un alt nivell tècnic, i qualsevol persona de bona salut pot practicar-lo. Constitueix una bona manera de visitar racons recòndits i valls increïbles. El Nepal i les serralades de l'Himàlaia són els escenaris més sovintejats per aquesta mena d'esport viatger. S'hi pot anar, en variades ofertes i expedicions, durant els mesos d'agost, setembre i octubre.

■ Sota l'aigua

Si tornem al tercer element, a l'aigua, desitjable a l'agost xafogós, el submarinisme resulta encantador. Un esport que demana una preparació tècnica convenient, que no és, però, excessivament difícil d'assolir amb una pràctica normal. En la majoria de

les localitats marineres d'una certa entitat hi ha clubs que imparteixen els cursos necessaris per a obtenir el títol oficial de bus. L'equip complet ve a costar unes 150.000 pessetes, i les millors zones on exercitar-lo són la Costa Brava i les Balears. A Xàbia, en la comarca valenciana de la Marina Alta, hi ha un *campament de submarinisme* tot l'estiu, i les agències i els clubs organitzen cada any viatges al Carib, on aquest esport resulta especialment gratificant.

■ I més encara

El *paracaigudisme*, l'*equitació* o la *natació* pura i simple, són algunes de les altres varietats esportives que l'estiu permet posar en pràctica. Els més agosarats poden inclús assajar una travessia del desert en *moto* o una *expedició fluvial* del Mediterrani a l'Atlàntic pels canals del «Midi» o de la Garona. Qui no troba la seua aventura és perquè no vol.

